A gente te conecta com a notícia

Fundado em 19 de julho de 2000 por Carlos Roberto Coutinho
Vitória, 13 de setembro de 2024 » Ano XXIII » Nº 1007
Edição Gratuita Semanal » www.eshoje.com.br
/eshoje @eshoje eshoje eshoje

DIVULGAÇÃO

POLÍTICA

Casal Bolsonaro com candidatos do PL-ES

» 5

ESHOJE

COLUNA

Bajulação de ministros para governar

» 7

FABÍOLA FRAGA

CULTURA

Arte que conta a história de Vila Velha

» 9

Queda de suicídios pela metade no Espírito Santo

Na contramão do Brasil e da América Latina, Estado reduziu número de casos no primeiro semestre do ano; especialista destaca apoio sociofamiliar e terapias » 3

FREEPIK

OS SEGREDOS DA LONGEVIDADE

» 4

Prefeituras destacam políticas de bem estar e envelhecimento saudável no ES; população capixaba será de maioria idosa a partir de 2070

DIVULGAÇÃO

TÍTULO MUNDIAL CAPIXABA NAS ONDAS

Maira Viana foi campeã em Portugal e finalizou 2024 como a melhor do planeta » 8

UMA SOPA DE CEBOLA POR QUEM TEM TRADIÇÃO

Chef Ricardo Bodevan ensina os segredos de uma iguaria de família » 10

FOTO DA SEMANA

DIVULGAÇÃO

Estreia neste sábado (14) e vai até o dia 22, exposição fotográfica "Mulheres Extraordinárias"; com o objetivo de promover a inclusão e dar visibilidade às famílias de pessoas com deficiência, a exposição será realizada na entrada da Praça de Alimentação do Shopping Moxuara e a visitação é gratuita

EDITORIAL

Silvio, Xandão e a queda

Ao longo da história da humanidade, nossa raça sempre quis construir deuses – com "d" minúsculo – para si, sempre em rebelião constante com o único Deus verdadeiro, Criador dos céus e da terra. Esses deuses, que poderiam ser expressos em imagens esculpidas ou mesmo homens que foram alçados à "categoria" de deuses, a exemplo de faraós e imperadores, todos passaram e foram enterrados nas areias da história. Mas parece que não aprendemos nada com isso, porque continuamos querendo elevar homens – falhos, caídos, nossa condição natural – ao status que jamais poderão alcançar.

A doutrina bíblica da queda nos diz que "o homem foi criado em santidade, sob a lei de seu Criador, mas, por transgressão voluntária, caiu daquele estado santo e feliz". "Em consequência disso, toda a humanidade é, agora, pecadora, não por coação, mas por escolha, estando, por natureza, completamente destituída daquela santidade requerida pela lei de Deus, intrinsecamente inclinada ao mal (...)" (Confissão de Fé de New Hampshire - 1833).

Nos últimos tempos, entretanto, sobretudo em função da polarização política, que exige que ambos os lados tenham seus ídolos para adorar, algumas figuras têm sido alçadas ao status de deuses. Na direita, Jair Bolsonaro ainda é considerado infalível por boa parte de seus adoradores, que elevam à condição de verdade tudo o que sai da boca do ex-mandatário. Mas, ultimamente, é a esquerda que têm se destacado mais neste sentido.

Além da idolatria dos lulopetistas ao atual presidente, outros representantes progressistas têm sido levantados como deuses – o panteão da esquerda parece ser mais recheado. Um exemplo claro é o ex-ministro dos Direitos Humanos e Cidadania, Silvio Almeida, acusado por um grupo de mulheres de assédio sexual.

A ala esquerdista crê que a salvação virá das minorias. Um negro advogado, filósofo, professor, palestrante, um dos intelectuais brasileiros mais reconhecidos da atualidade, tendo lançado obras que, ideologicamente, são um banquete dos deuses para a esquerda brasileira, como "O Direito no Jovem Lukács: A Filosofia do Direito em História e Consciência de Classe", "Sartre - direito e política: ontologia, liberdade e revolução" e "Racismo Estrutural", é um excelente candidato a subir o Olimpo progressista.

E ele esteve lá. Se Lula é Zeus, então Almeida poderia estar para Apolo, deus "da profecia, da ordem e da justiça". E aí você pode ficar livre para fazer suas analogias dos ministros – que só chegam lá com o aval de seus fiéis – com os 12 deuses do Olimpo grego.

Só esqueceram de levar em conta duas coisas: primeiro, que os deuses gregos são mitos, passaram e hoje constituem bons enredos de desenhos animados. Segundo, esqueceram de considerar a doutrina da queda. "Toda a humanidade é pecadora (...) [está] inclinada ao mal". Ao contrário do que muitos progressistas defendem veementemente, que "o homem nasce bom, o meio que o corrompe" – uma mentira expressa por Rousseau – não somente o caso Almeida, mas em diversos outros casos (lembra aí o Mensalão, Petrolão...) fica claro que o poder somente traz à tona a natureza pecadora do homem. Todos estamos sujeitos à queda, e com Almeida não foi diferente. O poder não o corrompeu, só trouxe à tona a natureza caída, que só pode ser redimida pelo próprio Deus, através de Seu Filho Jesus – isso não só em relação ao ministro, mas a todos os seres humanos.

O que foi surpreendente foi o choque da militância esquerdista com a queda de Silvio de Almeida. "Oh não... mas ele?! Logo ele? Não é possível!". Inclusive acusaram Anielle Franco, vítima de Almeida, ministra da Igualdade Racial, de traição por não ter tratado o caso internamente e o ter levado à ONG Me Too, que apoia vítimas de violência sexual a romperem o silêncio. Uma mulher que foi abusada, acusada de traição por não delatar o seu abusador? Peraí, esquerda! Imagino se fosse Bolsonaro nessa situação...

Mais um deus da esquerda caiu. Poderia ser da direita também. Talvez o problema da direita seja até pior, porque, embora muitos podres de Bolsonaro tenham vindo à tona nos últimos anos, ele continua a ser adorado e sua palavra, ainda que seja uma mentira deslavada, é considerada verdade por uns 30% dos eleitores desse país.

O próximo a ser vítima da realidade da doutrina da queda é o deus Alexandre de Moraes. Isso não é um desejo, é somente uma realidade ao qual todo ser humano debaixo do sol está sujeito. "Aquele que julga estar de pé, cuide-se para que não caia" (1 Co 10.12).

ESPAÇO DO LEITOR

Práticas anti-bullying

No dia 10 de setembro, Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, a conscientização sobre a importância de reconhecer e lidar com sinais de sofrimento psicológico ganha destaque. E no ambiente escolar, onde crianças e adolescentes passam grande parte de seu tempo, o combate ao bullying e o fortalecimento de uma rede de apoio emocional são fundamentais nessa prevenção. A relação entre bullying e a saúde mental é estreita. Alunos que sofrem agressões (físicas, emocionais ou virtuais) podem desenvolver sentimentos de desespero, ansiedade e depressão, fatores estes que, em casos extremos, levam a pensamentos suicidas. Por isso, é essencial que a comunidade escolar esteja preparada para lidar com esses sinais de forma preventiva. Existem sete aspectos, no entanto, que podem ser trabalhados nas escolas para ajudar na prevenção do bullying entre os alunos: política Escolar – é indispensável que a instituição de ensino adote regras, procedimentos e penalidades para casos de bullying; treinar professores para reconhecer sinais de alerta; criação de equipe multidisciplinar; comunicação com pais ou responsáveis; desenvolvimento de programas de conscientização; procedimentos em casos de bullying; rede de apoio entre pares (estimular o apoio mútuo entre os alunos também pode ser uma estratégia eficaz).

Ana Claudia Ferreira Julio

Ansiedade nas redes

Resiliência digital envolve a capacidade de enfrentar críticas, negatividade e a pressão das redes sociais sem deixar que isso abale o bem-estar. Para desenvolver uma mentalidade forte, deve-se aprender a diferenciar críticas construtivas de ataques pessoais. Lembre-se de que a maioria dos comentários negativos reflete mais sobre quem os faz do que sobre você. Praticar a resiliência digital é crucial para navegar pelas adversidades do mundo online sem perder o equilíbrio. A empatia é fundamental, especialmente em um ambiente onde as palavras são facilmente mal interpretadas. Antes de postar ou comentar, considere o impacto de suas palavras. Pergunte-se: isso contribui positivamente para a conversa? Pratique a gentileza e a compreensão em suas interações online, ajudando a criar um ambiente digital mais acolhedor e menos propenso a gerar ansiedade. A desconexão planejada é mais que uma pausa; é uma necessidade vital para recarregar as energias. Defina momentos específicos do dia para se desconectar das telas e reconectar-se consigo mesmo ou com o mundo ao seu redor. Seja uma caminhada ao ar livre, uma leitura ou uma conversa cara a cara, essas pausas são essenciais para manter um equilíbrio saudável entre o digital e o real.

Rafael Terra

Mau hálito

A maioria dos casos de mau hálito têm origem na boca, principalmente devido à saburra ou biofilme lingual, à higiene bucal incorreta que provocam as doenças de gengiva, como a gengivite e periodontite, ou a cáseos amigdalianos. Outros fatores que agravam a situação são as causas indiretas do mau hálito, como a baixa produção de saliva, a respiração bucal, o ronco, o bruxismo, o hábito de morder os lábios ou bochechas e outros comportamentos passiveis de correção. Claro, vale reforçar que a busca por atendimento especializado é fundamental – seja para diagnosticar uma enfermidade que requer tratamento, seja para entender que algumas poucas mudanças de hábito resolvem um problema que tem o potencial de trazer tanta angústia. Acredito que o tabu sobre as discussões acerca do mau hálito deve cair por terra. Quando ignorado, o mau odor bucal pode se tornar uma barreira invisível que isola as pessoas, afastando-as do convívio social e afetando sua autoestima e qualidade de vida. Tratar o mau hálito de forma adequada pode ser a chave entre uma vida de solidão e tristeza e uma existência vibrante, cercada de pessoas queridas e momentos felizes. A halitose não deve ser um motivo de vergonha, mas sim um chamado para o autocuidado e a busca por bem-estar. Todos devem ser capazes de confiar no próprio hálito

Maurício Conceição

A opinião dos colunistas não reflete o posicionamento do veículo.

TIRAGEM: Publicação digital e impressa
CIRCULAÇÃO: Grande Vitória e digital
PERIODICIDADE: Semanal

Rua Paschoal Delmaestro, 260 Ed. Vila da Praia, Sl. 5 e 6 - Jardim Camburi - Vitória/ES - Cep. 29.090-460 - Tel. 27 2180-0678
www.eshoje.com.br
redacao@eshoje.com.br

DIRETOR GERAL
Carlos Roberto Coutinho
carlos@eshoje.com.br

DIRETORA ADMINISTRATIVA
Bianca Coutinho
bianca@eshoje.com.br

DIRETORA DE REDAÇÃO
Danieleh Coutinho - MTB/ES 2694-JP
danihcoutinho@eshoje.com.br

PROJETO GRÁFICO
Renon Pena de Sá
www.ellaform.com.br

FOTOGRAFIAS
Arquivo
redacao@eshoje.com.br

DIAGRAMAÇÃO
Jeferson Louis - MTB/ES 3605/ES

REDAÇÃO
Giulia Reis
Jady Oliveira
Thierry Kalil
Andressa Mota
Esthefany Mesquita

SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS:
 /eshoje
 @eshoje
 eshoje
 eshoje

ES tem queda no número de suicídios neste ano

Embora redução tenha sido pela metade, números são altos; sociedade pode contribuir

ANDRESSA MOTA
jornalismo@eshoje.com.br

O suicídio é algo que silencia a todos. A perda de um familiar, amigo, conhecido, até alguém distante, causa um desconforto em todos. Quando recebemos essa notícia, questionamos o motivo de uma pessoa que aparentemente está bem cometer um ato dessa natureza.

Em 2017, Chester Bennington, vocalista da banda Linkn Park se enforcou. Dias antes, ele estava em família, sorridente, como se fosse a pessoa mais feliz do mundo. E não estava, assim como muitas pessoas não estão.

De acordo com uma pesquisa realizada pela Fundação Osvaldo Cruz a taxa de suicídio entre jovens cresceu 6% ao ano no Brasil entre 2011 e 2022. Chama atenção também as notificações de autolesões na faixa etária de 10 a 24 anos, que aumentaram para 29%.

Trazendo essa realidade para o Espírito Santo, a Secretaria de Saúde registrou de janeiro a julho deste ano, 129 casos de suicídios. Em 2023, no mesmo período do ano, foram registrados 297 casos.

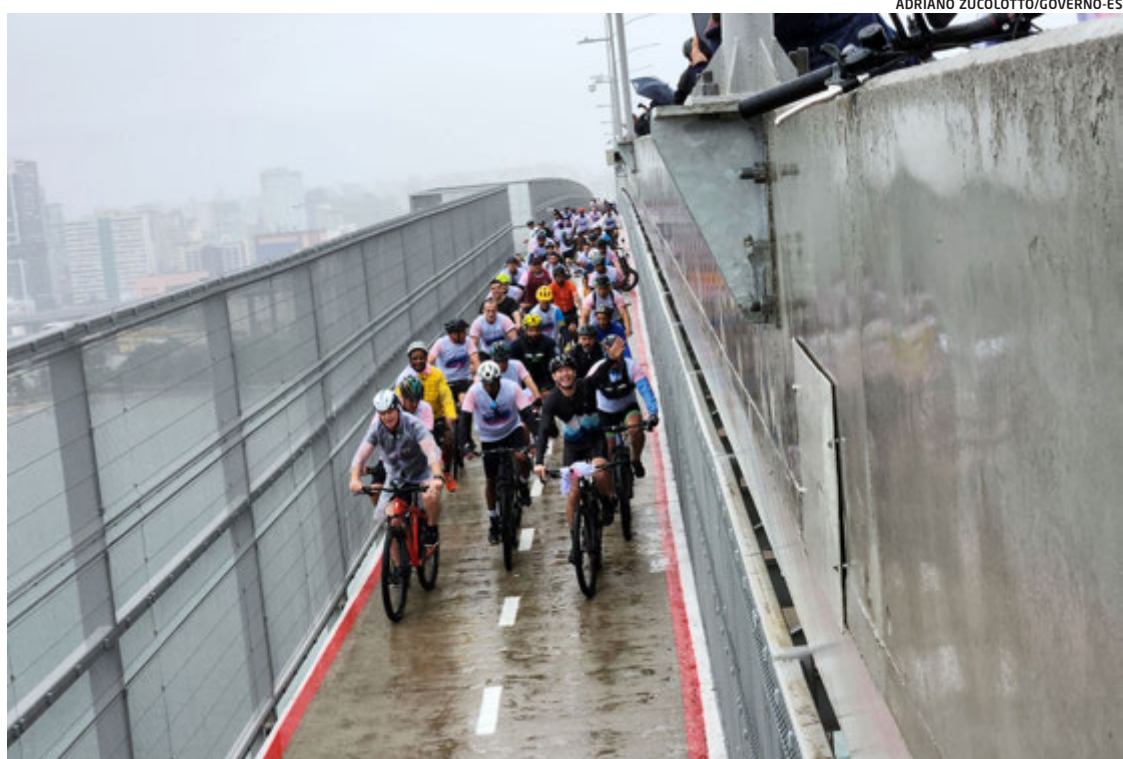
A referência técnica de Vigilância Estadual de Prevenção de Acidentes e Violência da Sesa, Edleusa Cupertino trabalha para que os números sejam cada vez menores. Para isso, a equipe usa um método que ficou muito popular durante a pandemia, no qual as pessoas que apresentavam sintomas faziam um relatório. “Todos que são atendidos nas Unidades de Saúde que apresentam lesões autoprovocadas, tentativa de suicídios, cortes, são relatadas e chegam na vigilância”.

MÉTODOS BARATOS

A mortalidade por suicídio e intoxicação são acompanhados. Apesar de termos a sensação de que a Terceira Ponte era o local mais usado para cometer esse ato, de acordo com a referência técnica, as pessoas que decidem cometer suicídio, usam outro método.

“Nós acompanhamos o movimento de mortalidade por suicídio, intoxicações, mas a grande maioria das pessoas cometem suicídio por enforcamento. É o meio mais comum, mais fácil, mais barato, coisas muito fáceis de achar, estão próximas, diferente de uma arma de fogo, que nem todos têm acesso”, explicou.

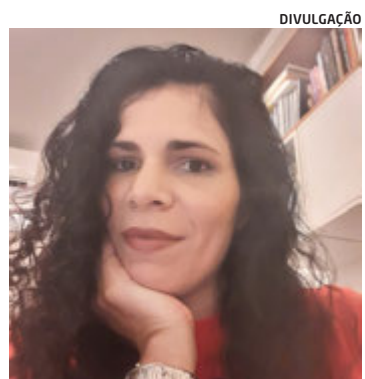
O Ministério da Saúde lançou o Plano Nacional de Doenças e Agravos não transmissíveis, dentro do qual está incluído o suicídio. O objetivo é conter ato, mas essa questão não é exclusividade da secretaria de Saúde. “Quando falamos sobre esse assunto, é comum pensar que é uma questão de saúde, mas é uma questão de todos. A intervenção feita na ponte foi uma ação positiva, e que não foi idealizada pela saúde”, pontuou.

ADRIANO ZUCOLOTTO/GOVERNO-ES

Ciclovia da vida completou dois anos no fim de agosto; número de suicídios na 3ª Ponte zerou

Aumento de casos no Brasil

NO MUNDO, a redução de suicídios caiu para 36%, mas nas Américas esse número cresceu. No período entre os anos 2000 e 2019, o continente teve aumento de 17% nos casos. Nesse período, o número de casos no Brasil subiu 43%.

Em relação aos casos de autolesões no Brasil, a pesquisa do Cidacs/Fiocruz constatou que, em 2022, houve aumento das taxas de notificação em grupos de todas as faixas etárias, desde os 10 aos mais de 60 anos de idade. A pesquisa também avaliou dentro desse período os números de suicídios e autolesões em relação a raça e etnia no país. A taxa de lesões autoprovocadas é maior entre a população indígena, com mais de 100 casos a cada 100 mil pessoas.

Não existe uma causa que defina o suicídio. Mas existem diversos fatores que podem desencadear esse ato. “Países que mais apresentam índices de suicídio são os países mais frios, onde as pessoas passam mais tempo isoladas, lugares remotos. E encontramos no Brasil, a região sul, que é mais fria, que tem mais ascendência desses povos e que tem o uso de agrotóxicos nas diversas culturas”.

DIVULGAÇÃO

“Precisamos acolher a dor do outro, pois não podemos julgar por nós o que a pessoa está sentindo, como está lidando com a dor e como superar”

NAIRA TEIXEIRA, psicóloga

“Precisamos acolher a dor do outro”

A PESSOA ter a vontade de dar um fim na vida é contrário ao corpo humano, uma máquina feita para viver, se movimentar, criar, correr. As pessoas podem não demonstrar que estão prestes a cometer o ato, mas os sinais podem ser percebidos. Pessoas que não se alimentam bem, não saem de casa, ficam muito tempo dentro de um quarto sem abrir as janelas, não estão bem. E essa pode ser uma questão relacionada à vitamina D.

“Existe um tipo de depressão que é sazonal e ocorre mais no inverno. A gente observa no consultório uma busca bem maior por terapia do que no verão. Para além disso, a exposição ao sol é muito importante para o bom funcionamento da saúde mental e física (tanto que é obrigatório o banho de sol em presídios). Sabemos que há um embotamento do humor quando não nos expomos ao sol minimamente. O sol nos energiza, além de nos conectar com a natureza, com ar livre. A falta de vitamina D também pode uma das causadoras de episódios melancólicos”, explica a psicóloga Naira Teixeira.

FREEPIK

Apoio sociofamiliar e acompanhamento terapêutico são indicados

Para a especialista é preciso entender o tipo de personalidade para tentar acessar o mecanismo que ela pode ser ajudada. “ Muitos suicidas são depressivos e muitos suicídios são cometidos por pessoas que não são depressivas. Uma pessoa bipolar, ou que está com dificuldades de aceitar algo que aconteceu na sua vida e outros fatores de fundo emocional que podem estar por trás do suicídio. Precisamos falar da importância do apoio sociofamiliar, de um acompanhamento terapêutico e/ou medicamentoso e da importância de acolhermos a dor do outro, pois não podemos julgar por nós o que a pessoa está sentindo, como está lidando com a dor e como superar”.

Como envelhecer de forma saudável?

Previsão do IBGE é que no ano de 2070, 36,1% da população capixaba seja idosa e a expectativa de vida chegue aos 84 anos

GIULIA REIS
jornalismo@eshoje.com.br

Recentemente o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgou as Projeções da População: Brasil e Unidades da Federação, revisão de 2024. De acordo com os dados, dos anos 2000 a 2023 a proporção de idosos (60 anos ou mais) na população do Espírito Santo quase duplicou, subindo de 8,2% para 16,0%.

Já a previsão é que em 2070 cerca de 36,1% dos habitantes do Estado serão idosos. Isso porque a esperança de vida ao nascer subiu de 72,5 anos em 2000 para 77,0 anos em 2023, e deve chegar aos 84,0 anos em 2070. A pesquisa levanta alguns questionamentos importantes. Afinal, é possível envelhecer de forma saudável?

De acordo com a médica geriatra Julia Almenara, envelhecer de forma saudável é um processo que começa bem antes da idade avançada. "Manter uma alimentação balanceada, praticar exercícios físicos de forma regular para manutenção da mobilidade e da força muscular, e cultivar um sono de qualidade são alguns dos pilares fundamentais", explicou.

Segundo a especialista é importante buscar se manter mentalmente ativo, seja por meio de leituras, jogos de raciocínio ou novos aprendizados. Além disso, ela também destacou que outro fator essencial é o lado emocional: manter laços sociais, conviver com amigos e familiares, e encontrar propósito em atividades diárias pode ajudar a melhorar a qualidade de vida.

"Envelhecer bem é cuidar do corpo, da mente e do espírito. Lembrando sempre de manter acompanhamento médico regular e controle adequado de doenças crônicas", frisou.

Em entrevista ao **ES Hoje**, Julia ressaltou que existem vários fatores que podem sim acelerar o envelhecimento, e muitos deles são relacionados ao estilo de vida do indivíduo. "Alimentação rica em açúcar e gorduras, sedentarismo, tabagismo e consumo excessivo de álcool são grandes vilões, aumentando o risco do surgimento de várias doenças, além de serem fatores que contribuem para o envelhecimento precoce", contou.

FREEPIK

Praticar exercícios físicos regularmente ajuda a manter a mobilidade e desenvolver força muscular

DIVULGAÇÃO

> **Envelhecer bem é cuidar do corpo, da mente e do espírito. Lembrando sempre de manter o acompanhamento médico regular**
>
> **JULIANA ALMENARA,** geriatra

ESTRESSE

Cabe destacar que o estresse crônico pode trazer um impacto negativo significativo, sendo considerado também um fator acelerador. "Nossas escolhas diárias pouco saudáveis podem sim acelerar o envelhecimento, enquanto nossos hábitos mais equilibrados ajudam a preservá-lo de forma mais saudável", completou.

Um ponto muito importante de ser destacado é o erro que muitas pessoas cometem de associar a dor ao processo de envelhecimento. Segundo a geriatra, é muito comum as pessoas associarem esses dois fatores, mas isso não deveria ser encarado como algo normal. "Algumas condições, como a osteoartrite, podem ser sim mais prevalentes com o avançar da idade, porém sentir dor não deve ser encarado como algo inevitável", destacou.

De acordo com a médica existem maneiras eficazes de prevenir e tratar a dor, de acordo com a causa – e podem incluir exercícios físicos, fisioterapia, ajustes na postura, procedimentos ou medicações – e deve sempre ser avaliada pelo médico. "A dor é um sinal de que algo precisa ser cuidado, e deve ser encarada como prioridade, principalmente com o objetivo de melhorar a qualidade de vida", pontuou.

Programas de incentivo

NO MUNICÍPIO da Serra, a Secretaria de Assistência Social (Semas) tem se dedicado a promover o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas idosas na cidade. No final de agosto, foi inaugurado o novo Centro de Convivência Intergeracional de São Lourenço.

Além disso, só a Serra tem o Centro Dia público para pessoa idosa. Um espaço dedicado ao atendimento de pessoas idosas durante o dia, com atividades recreativas, terapêuticas e de convivência, visando à melhoria da qualidade de vida e ao fortalecimento dos laços sociais.

Na cidade de Cariacica, por meio da Secretaria de Assistência Social, o município possui vários equipamentos que atendem aos idosos em geral, seja no âmbito da proteção social básica ou na proteção especial. Um deles é também é o Centro de Convivência da Pessoa Idosa (CCPI), em Jardim América, que atualmente atende a mais de 200 pessoas com mais de 60 anos.

Para o incentivo de melhora na qualidade de vida o Programa Cariacica Saudável, promovido pela Secretaria de Esporte e Lazer, oferece quase 50 atividades gratuitas em todas as regiões da cidade.

Quem tem mais de 60 anos, na capital, se beneficia com as Academias Populares da Pessoa Idosa (APPIs), espaços para a prática de e exercícios físicos com aparelhos ao ar livre. Os idosos de Vitória também têm a oportunidade de praticar caminhada, atividades recreativas e hidroginástica. A prática de exercícios é oferecida nos núcleos do Vida Ativa da Terceira Idade. Podem participar pessoas a partir de 50 anos.

Em Vila Velha, o município inaugurou em 2023 o Centro de Convivência do Idoso (CCI) "Irene Rozindo Alvares". O projeto oferece diversas atividades e serviços para a pessoa idosa, como: oficinas de artes em mosaico, artesanato, yoga, bonequinhas da vovó, dança cigana, atividades físicas, alongamento, musculação, jogos, memória, coral, violão e o famoso baile dos idosos, que acontece todas às sextas, a partir das 13h30.

Benefícios da dança para a 3ª idade

SE EXERCITAR é importante em todas as idades, mas, em relação aos idosos, pode contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida, auxiliando principalmente no equilíbrio. Dentre os inúmeros exercícios físicos que trazem essas (e outras) vantagens, está a dança.

De acordo com a especialista em dança para a terceira idade, Helen Ribeiro, a dança tem o poder de despertar no idoso o interesse em voltar a se comunicar. "Quando chegam na fase da velhice, muitas vezes eles não querem conversar, não querem assistir TV, e muitos com um mal de Alzheimer acabam ficando mais introspectivos ou até chateados quando se esquecem", explicou.

A prática regular da dança pode beneficiar idosos ao melhorar o equilíbrio e a força muscular, o que é vital na prevenção de quedas, um risco comum em pessoas desse grupo. Além disso, a profissional destaca que a atividade estimula a função cerebral devido à sua natureza física e cognitiva, podendo ajudar na prevenção ou manejo da demência ao melhorar a memória, atenção e funções executivas.

Segundo a professora, a dança traz revitalização e alegria através da música, dos desafios e aprendizados que ela promove. "A prática do exercício os mantém ativo, trabalhando bem a mobilidade e também a lateralidade. O meu trabalho é artístico e impacta diretamente o corpo e a mente", destacou.

Questionada sobre quais tipos de dança são mais indicadas para este público, Helen explicou que todo tipo de dança é valido para qualquer tipo de corpo, mas na fase da terceira idade algumas modalidades se tornam mais difíceis de praticar. "O trabalho mais recomendado é uma aula de dança geral. Sendo assim, o foco vai ser no movimento e não no estilo de dança, tornando a aula mais acessível e democrática", explicou.

DIVULGAÇÃO

Helen Ribeiro é especialista em dança para a 3ª idade

BASTIDORES DA POLÍTICA

Destino político 1

DIVULGAÇÃO

Casagrande entre fazer sucessor do PSB e manter compromisso com Ricardo

Governador do Espírito Santo em segundo mandato consecutivo e três como chefe do Poder Executivo estadual, Renato Casagrande (PSB) disse, em evento recente, que não tem certeza de seu futuro político. Poderá concluir seu mandato - como quer o PSB - ou deixar o governo capixaba para concorrer a senador - como aposta o mercado político.

Destino político 2

Ainda sobre o destino de Renato Casagrande, uma corrente forte no seu PSB quer que ele conclua o mandato e faça um sucessor, mantendo uma composição que favoreça a sigla. Contudo, no meio do caminho da decisão do governador do ES está um compromisso político com o seu vice-governador, Ricardo Ferraço (MDB). Acordo, no entanto, firmado por Casagrande, e não pelo PSB.

Ricardo soldado

Mantendo o compromisso ao aceitar compor como vice de Renato Casagrande nas eleições de 2022, Ricardo Ferraço tem se mostrado mais, participando de campanhas como presidente do MDB no Espírito Santo e emitindo suas opiniões sobre o que envolve, sobretudo, a economia do país e os impactos no Espírito Santo - ele tem usado mais as suas redes sociais. Ricardo Ferraço é vice, secretário de Desenvolvimento Econômico e presidente do MDB capixaba.

Eleição rápida

Segundo os institutos de pesquisa têm levantado nos últimos dias, as eleições 2024 no Espírito Santo deverão ser diferente das últimas décadas, com menos segundo turno na Grande Vitória. Dos 78 municípios capixabas, só pode ter outra etapa em Vitória, Vila Velha, Cariacica e Serra e tudo indica, neste momento, que o segundo turno é certo na Serra.

Realizações nas 'ilhas'

Candidato a vereador de Vitória, Luizinho Coutinho (MDB), tem feito campanha apresentando obras que o prefeito Pazolini realizou a seu pedido nas ilhas de Santa Maria e Monte Belo, como as quadras dos bairros, reformas das unidades de saúde e escolas.

Não foi

Era esperada a visita da ex-primeira-dama do Brasil Michelle Bolsonaro (PL) a Cachoeiro de Itapemirim. Era. Segundo informações de bastidores, a Polícia Federal fez ronda pela Capital Secreta do Mundo e o resultado foi desanimador, advertindo para que não houvesse o comparecimento dela. Pesou até mesmo a ficha dos apoiadores. A ex-primeira-dama esteve em Colatina e Linhares.

Vem mais

Para reforçar as candidaturas do PL, além de Michele Bolsonaro, o ex-presidente, Jair Messias Bolsonaro, deverá chegar no dia 30 – seis dias antes do primeiro turno das eleições.

Quem ganha?

Concorrem no Tribunal Regional Eleitoral (TRE-ES) à vaga de juiz titular em substituição de Renan Salles, os advogados Eduardo Xible, Gustavo Varella, Bruno Guzanski, Hélio Pepe, Gustavo Nobre, Italo Scaramussa e Enock Rosa.

Campanha na advocacia 1

O atual presidente da OAB Vila Velha, Neffa Junior, definiu sua vice para disputar as eleições para presidente da seccional Espírito Santo. A escolhida foi a advogada de Itapemirim, Elisa Galante. Além disso, Neffa Júnior já tem 10 chapas de subseccionais fechadas com sua candidatura.

Campanha na advocacia 2

Pesquisa de consumo interno de um dos candidatos aponta que o atual presidente da Ordem dos Advogados do Brasil no Espírito Santo, José Carlos Rizk Filho, lidera as intenções de votos, seguido de um empate técnico entre os três demais concorrentes: Erica Neves, Neffa Júnior e Ben-Hur Farina.

pode Comer
Nós conectamos
saúde, sabores e
as culturas
dos capixabas!
ES HOJE
eshoje.com.br

HUGO BORGES

César Herkenhoff
cesarherkenhoff@hotmail.com

Imoralidade acima de tudo

Não tenho nada contra o governo Lula da Silva, até porque não reconheço a legitimidade de um presidente nomeado pelo Supremo Tribunal Federal.

Mas as manifestações em Brasília e em São Paulo no 7 de Setembro dão a dimensão exata do desprezo da sociedade civil brasileira por "nossos" (?) governantes, uma massa heterogênea, divorciada do conjunto da população e sem um projeto capaz de recolocar o Brasil nos trilhos.

Vivemos, sim, uma ditadura, e tenho nojo de ditadura. A única coisa que me enoja mais do que ditaduras são ditadores. E eles proliferam como ratos de esgoto, de onde nunca deveriam ter saído. Lá é seu habitat natural.

O episódio do banimento da plataforma X, de Elon Musk, é um exemplo do quanto uma ditadura é sempre nefasta, porque os ditadores, como primeira medida, invariavelmente, cerceiam a liberdade de manifestação do pensamento.

É grave ver um ministro que se coloca não acima das leis, apenas, mas acima do bem e do mal, que evoca para si o direito de estuprar a Constituição Federal se não sob os aplausos de seus colegas do STF, pelo menos com a omissão desse colegiado que, aos olhos da população, é tão inútil – ainda que valha menos – quando uma nota de três reais.

O mau exemplo dado pelo Brasil na crise política da Venezuela é um bom exemplo (no pior sentido possível) do quanto os ditadores desprezam a soberania popular.

Curioso é que baniram o X de Elon Musk em nome da defesa da soberania popular, mas os ditadores se calaram – covardes, como sempre – quando o coleguinha Nicolás Maduro violou a soberania do Brasil no episódio envolvendo a custódia da embaixada da Venezuela. Até a energia elétrica foi cortada e só restabelecida depois que o presidente eleito de fato, Edmundo Gonzales, conseguiu asilo político na Espanha.

Os ratos de esgoto da esquerda fascista se calaram mais uma vez. Como se calaram também diante da grave denúncia de assédio sexual praticado pelo então ministro Sílvio Almeida, dos Direitos Humanos, sobre a ministra Anielle Franco, da Igualdade Racial, cujo único mérito considerado para chegar ao primeiro escalão do desgoverno Lula da Silva é ser irmã da vereadora Marielle Franco, brutal e covardemente assassinada pela milícia do PCC, hoje uma organização não-governamental com tentáculos nos três poderes.

O silêncio dos fascistas de esquerda, é necessário dizer, não permite a esse governo desmoralizado negar ao acusado o amplo direito de defesa. O crime maior já foi cometido, que foi a cumplicidade com uma grave denúncia que deve ser apurada sem passionalismos e sem esse sexismo esquizofrênico que reduziu a pauta das ações públicas a assuntos do interesse das minorias, que são de fato muito importantes, mas jamais acima de questões como saúde, educação, moradia, segurança pública, trabalho e renda.

E quando o governo Lula da Silva pretende enfrentar com coragem a adoção de políticas públicas honestas? Porque o que se viu até agora foi o Tribunal de Contas da União denunciando licitações fraudadas e superfaturadas. Tudo como dantes no quartel de Abrantes.

O presidente bajulador de ministros do STF não vai enfrentar essas questões, porquanto ele mesmo declarou que quem ganha mais de 2 mil reais não vota mais no Partido dos Trabalhadores. É fundamental, portanto, manter a maioria da população no patamar da miséria. Os miseráveis – sobretudo no pior sentido do vocábulo – votam no PT.

Mas não posso deixar de registrar minha imensa satisfação quando vi, no 7 de setembro, 3 ou 4 mil militares desfilando para 200 autoridades. Quase tiveram que bater continência para o MST.

Senti um gostinho de perversidade quando me lembrei de que os militares foram, de fato, os principais responsáveis pelos atos reprováveis de 8 de janeiro de 2023. Eles manipularam a opinião pública, convocaram a população para que acampasse diante dos quartéis para protestar contra o que a caserna considerava fraude eleitoral, mas na hora em que o povo precisou mesmo de segurança, os milicos viraram as costas e foram lá facilitar a vida dos infiltrados da esquerda fascista.

Fico com a sensação de que o presidente Lula da Silva mandou um importante recado ao jovem oficialato: vou fazer aqui no Brasil o que Maduro fez na Venezuela: vou reformar os velhos oficiais e promover os jovens oficiais. Promessa tentadora.

Se Lula da Silva não fosse tão covarde e medroso, talvez tivesse mesmo coragem de fazer. Mas hoje o presidente tem a seu lado apenas os ministros do STF que, como se sabe, são todos contra todos. Eles se detestam. Nós também.

COLUNA FEU ROSA

Destruidores

Dia desses tive o privilégio de assistir a uma já antiga entrevista no Programa Roda Viva. O entrevistado era o Dr. Ozires Silva. Chamou-me a atenção sua extraordinária lucidez, que os anos não afetaram.

Lá pelas tantas surgiu uma interessante dúvida: por qual motivo nosso país não apresenta nenhum ganhador do Prêmio Nobel? Dei-me ao trabalho de fazer uma rápida pesquisa, antes de aqui anotar a resposta dada pelo entrevistado.

Apurei que este nobre prêmio já foi concedido à África do Sul (10 vezes), Albânia (2), Alemanha (107), Argentina (5), Austrália (13), Áustria (19), Azerbaijão (1), Bangladesh (2), Bélgica (11), Bielorrússia (5), Myanmar (1), Bósnia e Herzegovina (2), Bulgária (1), Canadá (23), Chile (2), China (10), Chipre (1), Colômbia (2), Coreia do Sul (1), Costa Rica (1), Croácia (2), Dinamarca (14), Egito (4), Eslovênia (1), Espanha (7), EUA (369), Ilhas Faroé (1), Finlândia (5), França (68), Gana (1), Grécia (2), Guatemala (2), Hungria (12), Yemen (1), Índia (9), Irã (1), Irlanda (8), Israel (12), Itália (20), Japão (27), Letônia (1), Libéria (2), Lituânia (2), Luxemburgo (2), México (3), Nigéria (1), Noruega (14), Nova Zelândia (3), Holanda (20), Palestina (1), Paquistão (2), Peru (1), Polônia (15), Portugal (2), Quênia (1), Reino Unido (129), República Checa (5), Romênia (4), Rússia (27), Santa Lúcia (2), Sérvia (1), Suécia (31), Suíça (26), Taiwan (1), Timor-Leste (2), Trinidad e Tobago (1), Tunísia (1), Turquia (3), Ucrânia (5), Venezuela (1) e Vietnam (1).

Intrigante, não? Brasil: zero! Nunca! Jamais! Por que será? Eis aí, decerto, uma pergunta de difícil resposta. E eis que o entrevistado contou tê-la feito precisamente a três membros do comitê julgador do Prêmio Nobel, durante um jantar em Estocolmo.

Após algum constrangimento, ouviu a seguinte resposta: "Vocês, brasileiros, são destruidores de heróis". Revelou-se, então, que, diversamente do que ocorre com outros países, qualquer brasileiro cotado é imediatamente desqualificado por seus próprios compatriotas.

Eis aí uma verdade dolorosa. Heróis, nesta terra, só os estrangeiros. Desconfiamos das intenções e do caráter de qualquer brasileiro que faça algo. Nós somos assim. Fiquei a recordar, triste, uma célebre frase de Machado de Assis: "está morto, podemos elogiá-lo à vontade".

PEDRO VALLS FEU ROSA
Desembargador do TJES

DENSIDADE ELEITORAL

World Trade Center

Esta semana, mais precisamente na quarta-feira (11), completaram-se 23 anos daquele que ficaria marcada na humanidade como o "maior acontecimento" da história contemporânea do planeta.

E tudo isso fruto de quê?

Da estupidez, da ignorância, da falta de equilíbrio, da insensatez e do desamor. Coloca tudo isso no liquidificador, bata e estará pronto a mistura preferida do fanatismo.

No mundo pós-modernidade, já vai longe a empatia, o amor ao próximo, à natureza, ao próprio Deus. Não resta a menor dúvida nos comportamentos que vemos na atualidade, que os seres de hoje, como no passado, com certeza libertariam Barrabás e crucificariam Jesus.

E como a Bíblia, escrita por homens, mas inspirada em todo o seu tempo por Deus, não mente jamais, o que temos visto e presenciado cada vez mais é a ganância, a sede do poder, nem que para isso eu tenha que contribuir sempre um pouquinho mais para a destruição do planeta. Desmatando, botando fogo, poluindo e etc.

O homem dos dias atuais... ah, o homem dos dias atuais... cruel e desumano como quer. Se acha o tal, na sua esperteza, mas é digno de pena.

Não estou aqui para me vangloriar e nem precisaria contar isso. Mas vou compartilhar apenas para que não me julguem. E nem estou buscando aprovação de ninguém – é bom que se saiba – e também nem sou candidato a nada (risos). Graças!

Hoje, em tempos de pix, raramente se tem dinheiro na carteira. Então os pedintes de esmola foram muito impactados negativamente pelo pix. É o preço cobrado pela modernidade.

Pois bem. Tenho, agora, carregado sempre dinheiro trocado na carteira, porque me dói demais ver uma pessoa na rua, no sinal, nas praias, pedindo um mísero trocado para comer. O cara, a mulher, o homem, a moça, a criança, só quer o básico do básico, do básico, do básico... coitado, ele quer comer!

Me concentro especificamente nas paradas no trânsito. As pessoas se aproximam e quanto mais luxuoso é o carro, pior é o coração do cabra. O cara tem lá uma fortuna no banco, mas não é capaz de ajudar uma única pessoa, umazinha que seja. É dolorido de ver tá, putz!

Já presenciei cena do cara destratar a pessoa, porque o mesmo se identificava no cartaz como sendo da Venezuela. Oh, Deus!

Lógico, você não vai sair por aí distribuindo para bêbados e drogados, mas seu filtro funciona, temos certeza que sim.

Faça sua parte e deixe o restante com Deus.

Os tempos são amargos, mano, são sombrios. Que fim triste pra nós são os dias atuais.

11 de setembro de 2001, era só a ponta do iceberg. Quer dizer... do fogo!

ERASMO LIMA
Diretor do Instituto de Pesquisas Perfil

Capixabas dominam o mundo e o Brasil nas ondas

Maira Viana foi campeã mundial e Maylla Venturin campeã brasileira da modalidade

THIERRY KALIL
jornalismo@eshoje.com.br

A capixaba Maira Viana se sagrou campeã mundial de bodyboarding no último domingo (8), após vencer a última etapa do Circuito Mundial, em Sintra, Portugal. Maira competiu na categoria profissional e conquistou o título pela primeira vez na carreira.

A bodyboarder realizou o feito após ter superado a espanhola Teresa Miranda na final. Na semifinal, a capixaba também teve uma disputa acirrada contra a japonesa Sari Ohhara, que defendia o título mundial.

> **Um ano de altos e baixos dentro do Circuito Mundial e uma briga interna se devia continuar atrás desse sonho**
>
> **nome sobrenome,** função

JOÃO ARAÚJO/DIVULGAÇÃO/IBC

Maira Viana recebe o troféu de Campeã Mundial de Bodyboarding em 2024 e é carregada por Neymara Carvalho e Luna Hardman

"Um ano de altos e baixos dentro do Circuito Mundial e uma briga interna se devia continuar atrás desse sonho. Segui treinando e acreditando que seria campeã. Deus me honrou e sou grata por tudo que vivi", comemorou Maira Viana em uma publicação nas redes sociais.

JOÃO ARAÚJO/DIVULGAÇÃO/IBC

> **Segui treinando e acreditando que seria campeã. Deus me honrou e sou grata por tudo o que vivi**
>
> **MAIRA VIANA,** atleta

Luna Hardman, filha da pentacampeã mundial Neymara Carvalho, também foi destaque nesta temporada ao se sagrar bicampeã mundial na categoria Pro Junior, após vencer a etapa Antofagasta Bodyboard Festival, no Chile.

Na classificação feminina profissional, Maira Viana ficou em primeiro no ranking; Luna Hardman em terceiro e Maylla Venturin em quinto lugar. Todas as capixabas são beneficiadas pelo Bolsa Atleta, da Sesport.

CENÁRIO NACIONAL

No cenário nacional do bodyboarding, Maylla Venturin também brilhou e conquistou o título de campeã brasileira profissional. A vitória veio no dia 1º deste mês, quando a capixaba venceu a etapa Rio Delas, no Rio de Janeiro.

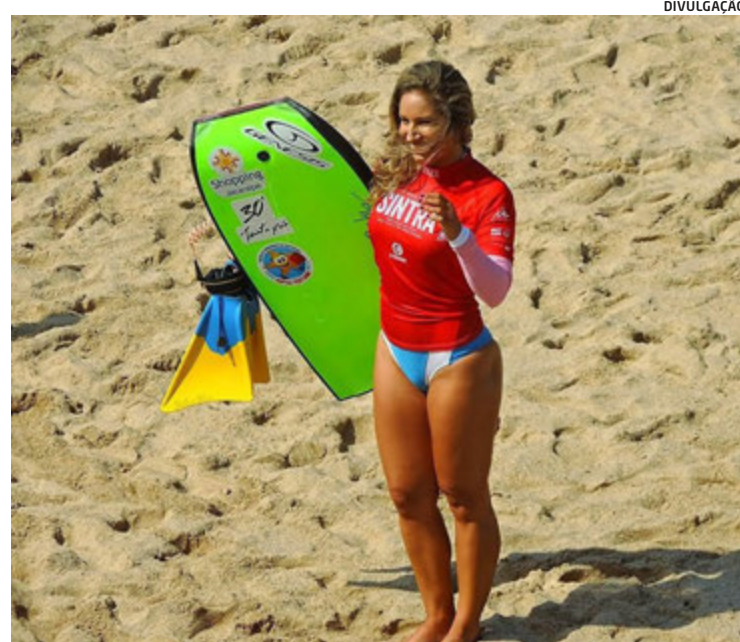
"Fiquei muito, muito feliz. Ser campeã brasileira era o meu objetivo principal esse ano, eu foquei e consegui conquistar esse objetivo. Essa dupla vitória no final de tudo, fechando realmente com chave de ouro esse ano incrível e esse circuito também, foi irado", destacou Maylla Venturin, que também é bolsista da Sesport.

Briga pelo título estadual

LIDERANDO O Circuito Estadual, a atleta também pretende encerrar o ano com mais um título da competição. Se o resultado sair como o esperado, Maylla será campeã estadual pela nona vez na carreira. Para o futuro no esporte, ela ainda prevê boas ondas e muitas metas a serem alcançadas.

"O meu plano é continuar com esse movimento, continuar competindo, buscando sempre bons resultados. Eu ainda quero ser campeã mundial e acho que eu tenho condição para isso. Quero também voltar com a minha escolinha, um projeto social com crianças e adolescentes, buscando também a qualidade de vida deles e a inserção social deles também através do esporte", disse.

Maylla também destacou a importância do apoio ao esporte e agradeceu pelos investimentos realizados pelo Governo do Estado, por meio da Sesport. "E eu queria dizer também agradecer imensamente à Sesport por tudo que ela tem feito para o esporte capixaba. É muito importante quando a gente tem apoios voltados tanto para o esporte quanto para os eventos esportivos. E a Sesport tem feito tudo isso com grande qualidade e tem investido muito no esporte, então isso é muito importante", frisou.

DIVULGAÇÃO

Maylla Venturim foi Campeã Brasileira e pode levar o Estadual

> **Ser campeã brasileira era o meu objetivo principal esse ano. Foquei e consegui**
>
> **MAYLLA VENTURIN,** atleta

O berço do ES e o estado dos seus monumentos

Monumentos canelas-verdes são analisados na 4ª matéria sobre o estado dos patrimônios

FABÍOLA FRAGA
fabi-fraga@hotmail.com

Dando continuidade à série do ES Hoje sobre o estado de conservação dos Monumentos Públicos da Grande Vitória, na nossa quarta matéria, chegamos a Vila Velha. Segundo o site Arte Pública Capixaba, o município canela verde possui 37 monumentos públicos entre esculturas, murais e intervenções urbanas.

A partir de visitas presenciais a alguns desses monumentos pudemos fazer um raio x atual e fidedigno das verdadeiras condições de conservação do patrimônio.

Os primeiros quatro monumentos se encontram na Casa da Memória de Vila Velha, na Prainha.

A estátua em homenagem dos capixabas a Luiza Grimaldi (1541-1626), "Grinalda", é de autoria do artista Hippólito Alves e datada de 23 de maio de 2016. A iniciativa foi do Instituto Histórico e Geográfico de Vila Velha (IHGVV). Luiza Grimaldi era natural de Portugal e esposa de Vasco Fernandes Coutinho Filho, o segundo Donatário do Espírito Santo. Após a morte do marido, em 1590, tornou-se a primeira e única mulher Donatária de uma capital.

Hoppólito Alves também e erscultor da estátua de Vasco Fernandes Coutinho, obra datada do ano de 2015 resultado de um completo e meticuloso estudo histórico do IHGVV, por meio de pesquisas no Brasil e na Europa. O material usado nessa estátua foi desenvolvido pelo próprio artista, com pó de minério, calcita e resina, resultando em uma imitação e resistência bem próxima ao bronze, medindo aproximadamente dois metros.

O Canhão Quinhentista (ou Canhão Imperial) foi resgatado de uma oficina de Goiabeiras pelo IHGVV. Trata-se de uma peça de artilharia usada pelos portugueses a partir do século XV e descoberto em escavações da construção da sede da Caixa Econômica Federal, na Rua Princesa Isabel, no Centro de Vitória. Esse canhão pertenceu à Fortaleza Nossa Senhora do Monte do Carmo, também conhecida como Forte da Vila ou Forte do Carmo, atualmente pertence ao Exército Brasileiro e também está exposto na Casa da Memória.

Ícone da história capixaba, o Bonde 42 também está em exposição na Casa da Memória. O Bonde tem 12 metros de comprimento e atingia velocidade de 30 quilômetros por hora. Comportava aproximadamente 50 pessoas sentadas, 36 em pé na lateral e cerca de 20 pessoas de pé no meio do carro.

CONSERVAÇÃO

O estado de conservação dos monumentos é bom. Mas o que a Prefeitura de Vila Velha pode dizer a respeito dos problemas com as placas de identificação em relação à exposição ao tempo, que sofrem com as ações corrosivas? Além disso, o local não é acessível a cadeirantes, pessoas cegas e surdas. Existe previsão de restauro dos monumentos? Existe, por parte da municipalidade, uma estratégia de roteiros escolares para visitação à Casa da Memória?

FABÍOLA FRAGA

Estátua de Luiza Grimaldi, Bonde 42 e estátua de Frei Pedro Palácios contam a história de VV

Igreja mais antiga em atividade

IGREJA MAIS antiga do País em atividade, a Igreja de Nossa Senhora do Rosário de Vila Velha foi construída, primeiramente, como uma capela, na Prainha, em Vila Velha. A Prainha foi local de desembarque do primeiro donatário da Capitania do Espírito Santo, Vasco Fernandes Coutinho, em 23 de maio de 1535. No mesmo ano de 1535, iniciou-se a construção da igreja e, em 1551, com a ajuda dos jesuítas, foi ampliada atingindo sua dimensão atual.

É a igreja mais antiga do Espírito Santo e uma das mais antigas do Brasil. Apesar de não haver vestígios materiais no local, a Igreja teve como anexo a Casa de Misericórdia, construída em 1595 e, tempos depois, transferida para Vitória.

Quanto às suas reformas, em 1908 foram instalados os atuais altares e em 1912 a estrutura foi reforçada devido à instalação da linha do bonde. A igreja foi tombada pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) em 20 de março de 1950, por causa de seu valor histórico, cultural e religioso.

FABÍOLA FRAGA

Igreja Nossa Senhora do Rosário começou a ser construída em 1535

Monumentos em praças

O monumento "Gratidão do Povo Capixaba ao Frei Pedro Palácios", de autoria de Carlos Crepaz, é localizado na Praça na Prainha. Sem data de inauguração a estátua é feita em pedra Sabão, mas encontra-se muito danificada, em estado de preservação precário, inclusive faltando pedaços. Não há acessibilidade para pessoas cegas e surdas e não há qualquer outro tipo de manutenção.

Já o busto de Almirante Tamandaré, "Homenagem á Marinha de Guerra", localizado na Praça Tamandaré é datado de 13 de dezembro de 1964. O busto se encontra com problemas de conservação, parcialmente danificado e vandalizado. A placa de identificação também não tem acessibilidade a pessoas cegas e surdas.

PREFEITURA DE VILA VELHA PROMETE REFORMAS

A Prefeitura de Vila Velha informou que diversas ações de reformas e restaurações estão sendo realizadas pela atual administração, que incluem o restauro da Casa da Memória, entregue em maio de 2022.

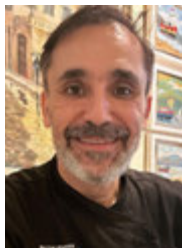
"Durante a reforma várias adequações foram realizadas para melhorar a acessibilidade do imóvel, como calçada cidadã, banheiros acessíveis, corrimão na passarela de acesso à área externa e rampa de acesso com corrimão, no portão lateral. Restauro do Bonde 42 com um investimento de R$ 80 mil", informou.

Através do projeto Turismo Pedagógico, que visa tornar mais interessante o processo de aprendizagem, a Prefeitura afirmou que mais de 36 mil alunos fizeram visitas monitoradas à Casa da Memória, Igreja do Rosário, Museu Homero Massena, Gruta do Frei Pedro Palácios, todos na Prainha, além do Farol Santa Luzia, na Praia da Costa.

"O projeto de reforma e requalificação urbana do Largo Frei Pedro Palácios, na Prainha, foi anunciado em julho de 2024. (...) A proposta prevê diversas mudanças, como a transferência da estátua de Frei Pedro Palácios para uma área central da praça", informou a prefeitura, destacando que a previsão de início das obras é em novembro.

A Prefeitura de Vila Velha informou ainda que a restauração do busto do Almirante Tamandaré está entre as ações previstas, porém ainda não há data prevista.

Sair do tradicional pode ser um erro

Ser um tradicionalista pode parecer uma chatice, mas pode ser o maior acerto para a boa gastronomia

RICARDO BODEVAN
@chefbodevan

Prometo que hoje não vamos falar de moqueca – a nossa maior realeza da culinária capixaba –, mas de como tentar modernizar as coisas resulta em derrota.

Pensando na coluna, em experiências, lembrei da Feira dos Municípios, aquela de décadas atrás, que acontecia naquele terreno na Orla de Camburi (também já aconteceu no Pavilhão de Carapina), onde as cidades capixabas tinham possibilidade de mostrar um pouco da sua cultura. Um evento bem diferente do que voltou a acontecer nos últimos anos e eu prefiro muito mais o que guardo na lembrança, preciso reconhecer!

Há 30 ou 40 anos a gente participava pela cidade de Dores do Rio Preto, onde meu pai nasceu, e era uma experiência muito boa. Lembro que meu pai fazia uma sopa de cebola – que memória afetiva deliciosa!

Era muito bacana, porque meu pai que fazia, e décadas depois – 30 anos mais ou menos – fui convidado pelo prefeito para que ser o cozinheiro da barraca de Dores do Rio Preto. Foi duplamente especial: representar a cidade do meu pai e fazer o que papai fez por anos!

Depois que a feira acabou senti uma grande perda, principalmente para as cidades do interior mais aos extremos norte e sul do Espírito Santo. E a volta me pareceu um evento distante daquela essência da Feira dos Municípios que vivi. Não que modernizar seja um erro, mas já não é aquela festa que aproveitei na infância e anos mais tarde estive como cozinheiro no stand da cidade de Dores do Rio Preto.

SOPA NOS EUA

Durante minha temporada nos Estados Unidos, principalmente na região montanhosa Blue Ridge Mountains e Massachusetts a sopa de cebola é muito tradicional, assim como em Connecticut e outros locais que vivem sob a influência da colonização inglesa.

A primeira vez que comi sopa de cebola nos Estados Unidos, eu estava em New Hampshire com temperatura de, sei lá, -20ºC, um frio danado. Eu vi no cardápio a sopa de cebola e pedi. Mas é aquela tradicional por lá, com queijo derretido por cima, pedaços de pão por dentro – nossa, minha boca encheu d'água! É bem diferente da nossa, mas uma delícia.

Embora estejamos num inverno nada convencional, anota aí a receita da sopa para quando o frio resolver aparecer!

SOPA DE CEBOLA

TUDO GOSTOSO

Ingredientes

- **1** dente de alho
- **2** xícaras de caldo de carne
- **2** Batatas
- **1/2** lata de creme de leite
- **1** colher de sopa de farinha de trigo
- **2** xícaras de água
- **400** gramas de cebola
- **2** colheres (sopa) de manteiga
- **Sal** a gosto
- **Pimenta-do-reino** em grãos a gosto

Modo de fazer

1. Refogue na manteiga o alho, a cebola e as batatas;
2. Dissolva em 2 colheres de sopa de água fria, o sal, a pimenta e a farinha de trigo;
3. Acrescente o caldo de carne fervente e cozinhe por 20 minutos;
4. Desligue o fogo e acrescente o creme de leite;
5. Bata tudo no liquidificador, leve ao fogo por mais 5 minutos e desligue a chama;
6. Antes de servir, polvilhe com salsa e queijo.

COLUNA DO VINHO

GUSTAVO DEBORTOLI)) @gustavodebortoli

Tem açúcar no meu vinho?

Apesar de parecer algo simples de se perceber ao comprar um vinho, os aspectos relacionados à quantidade de açúcar existente na bebida, também chamado açúcar residual, são um pouco mais complexos do que apenas escolher entre um vinho "seco" e "suave".

DIVULGAÇÃO

Durante o processo de produção do vinho, as leveduras consomem o açúcar presente nas uvas, convertendo-o em álcool. No entanto, esse processo nem sempre é completo. Parte desse açúcar pode permanecer na bebida, variando conforme o tipo de vinho ou espumante e a decisão do enólogo. Assim, o açúcar residual é o que resta depois da fermentação e dá à bebida o seu nível de doçura.

A quantidade de açúcar residual em um vinho é medida em gramas por litro (g/L). É ela que determina a classificação de vinhos e espumantes, e deve estar indicada no rótulo da bebida.

Em geral, vinhos secos podem conter até 10 gramas de açúcar por litro. No Brasil, entretanto, a legislação pertinente permite que vinhos secos contenham no máximo 4 gramas de açúcar por litro. Já os vinhos que apresentam uma doçura moderada, classificados como meio-secos no Brasil têm entre 4,1 e 25 gramas de açúcar por litro.

Os vinhos suaves ou doces são aqueles com mais de 25 e no máximo 80 gramas de açúcar por litro. Podem ser tanto adoçados artificialmente, normalmente com açúcar de cana ou de beterraba, quanto utilizar uvas com maior concentração de açúcar, que podem ser obtidas a partir da escolha das castas, de técnica de secagem (apassimento) ou do tempo de maturação da uva, que ao ser colhida mais tardiamente, tende a produzir maior concentração de açúcares.

Nos espumantes, apesar da classificação também variar conforme o teor de açúcar residual, os valores e classificações são um pouco diferentes. Espumantes classificados como "Nature" têm até 3 gramas de açúcar por litro, enquanto os "Extra Brut" possuem entre 3,1 e 6 gramas de açúcar por litro. Os espumantes "Brut", mais populares entre os consumidores, apresentam entre 8 até 15 gramas de açúcar por litro de açúcar residual, enquanto os espumantes meio-doces, como os "Demi-Sec", podem ter entre 20,1 e 60 gramas de açúcar por litro.

Finalmente os espumantes doces, normalmente produzidos a partir de uvas como moscatel, têm acima de 60 gramas de açúcar por litro, sendo escolhas ideais para harmonizações com sobremesas ou para quem prefere um paladar mais adocicado.

É importante lembrar que o açúcar residual não afeta apenas a percepção de doçura, mas também o corpo e o equilíbrio do vinho. Vinhos com mais açúcar residual tendem a provocar uma sensação de boca mais encorpada, já que o açúcar age como um agente texturizante. Além disso, ajuda a suavizar a acidez, tornando os vinhos e espumantes mais agradáveis ao paladar de muitos consumidores.

Gabriel Gomes
nodegravata@eshoje.com.br

DIVULGAÇÃO

Anandreia Zerbone, Brunella Bumachar, Claudia Louzada e Saulo Zerbone em recente lançamento literário

ARQUIVO PESSOAL

Adriana Sossai Zaganelli e Francisco Luiz Zaganelli Junior conhecendo o Quimera Bistrô, em Mendoza, Argentina

Empreendedorismo jovem

Os pequenos negócios foram responsáveis por 61% dos novos empregos gerados no Brasil em 2024, impactando o PIB em 30%, segundo estudo do Sebrae com dados do Caged.

Segundo Chris Badke, presidente da CDL Jovem Vitória, o principal desafio neste cenário é a preparação do empreendedor, sendo fundamental realizar um estudo de caso constante do negócio e avaliar o mercado, focando no consumidor e nas tendências do segmento.

E é oferecendo essa contribuição significativa para o empreendedorismo no Espírito Santo que a CDL Jovem Vitória completou 20 anos no último mês. Desde sua fundação em 2004, a entidade tem desempenhado o papel de capacitação e desenvolvimento de jovens líderes empresariais. Por meio de iniciativas como o Dia Livre de Impostos, o Start Day e o Encontro Mensal, a instituição se consolidou como um núcleo essencial para o crescimento do setor varejista na região, preparando uma nova geração de empreendedores.

ARQUIVO PESSOAL

Cirliani Torezani durante o Congresso de Micropigmentação na Beauty Fair Profissional, em São Paulo

Alergovix. Vitória receberá importantes especialistas em doenças alérgicas e respiratórias nos dias 13 e 14 de setembro, no Hotel Sheraton. O Alergovix, organizado pela Sociedade de Alergia do ES, trará inovações no tratamento de dermatite atópica e asma, reunindo médicos de renome nacional.

Comédia. Quem vai desembarcar em Vitória para apresentar seu stand up, é o ator do Porta dos Fundos, Rafael Portugal. Sucesso de público desde 2016, o 'Eu comigo mesmo' será apresentado no dia 18 de outubro, sexta-feira, às 21:30 horas, no Sesc Glória, no Centro de Vitória.

Decor. Ilma Mendonça está nos preparativos para mais um encontro decor em sua loja Master Office Design. A empresária recebe profissionais da arquitetura e decoração para apresentar a nova coleção Near da Bortoloni. A linha comemora os 75 anos da marca e é assinada pela premiada designer gaúcha Marta Manente. Aliás, será a própria Marta quem virá a Vitória para apresentar a coleção e bater um papo com os convidados.

Consultório. O médico Dr. Fábio Baia, especialista em medicina da família e rejuvenescimento com reposição de vitaminas e hormônios pós-cirurgia do estômago, está de consultório novo na Enseada do Suá, em Vitória.

Inauguração. A Praia do Canto foi o local escolhido pela empresária Carolina Lemos para abrir sua nova franquia de sapatos: a Sonho do Pés. Em outubro, o novo espaço vai abrir as portas e apresentar às capixabas um mix de calçados femininos que vão atendê-las em todas as ocasiões.

Aniversariantes da semana: Daniela Muniz, Eliane Baião, Nilton Gomes Jr. e Rosana Martins (13); Carolina Bandeira, Sinval Jr., Sabrina Capeli e Giovanna Dal Col (14); Karla Stinghel, Mery Zeferino, Edna Serrão e Estella Reginato (15); Jai Candeias, Fernanda Racanelli, Fabio Risso e Israel Marquezine (16); Ildezia Couto, Lorena Corona, Neusa Glória dos Santos e Anderson Lopes (17); Bruno Zambon, Petúnya Rebuli, Tiago Américo e Alexandre Barroso (18); Fabricio Coradello, Jair Gomes, Paulo Wist, Raí Santiago e Monique Ribeiro (19). Felicidades!

Você sabia?

A busca por rejuvenescimento com resultados naturais cresce a cada dia. Uma tecnologia minimamente invasiva que tem atraído tanto celebridades, como Xuxa e Virgínia Fonseca, quanto anônimas é o Morpheus. Esse procedimento utiliza radiofrequência microagulhada, permitindo que as agulhas penetrem mais profundamente na pele do que outros dispositivos de microagulhamento. "O Morpheus pode ser aplicado no rosto para tratar cicatrizes de acne, na papada sob o queixo, e em áreas maiores do corpo, como coxas e glúteos, além de tratar a flacidez abdominal após o parto ou bariátrica," explica a cirurgiã plástica Patricia Lyra.